



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: JULHO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 03/07/2023	TERÇA 04/07/2023	QUARTA 05/07/2023	QUINTA 06/07/2023	SEXTA 07/07/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	logurte	Leite	Leite
	Biscoito Polvilho	Pão com Patê de Cenoura Vegano	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Ovos a Primavera (Abobrinha, Cenoura e Molho de Tomate)	Carne Moída Refogada	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Tiras Acebolada	Peito de Frango Refogado com Molho de Tomate e Manjerição
	Salada de Repolho	Salada de Beterraba	Salada de Alface	Salada de Almeirão	Salada de Escarola

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Pera	Maçã	Banana com Abacate	Morango	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Ervilha, Cenoura e Batata)	Arroz	Sopa de Macarrão, Sobrecoxa, Couve e Abóbora	Sopa de Feijão, Carne Bovina Moída, Espinafre, Mandioca e Tomate
	Feijão		Feijão		
	Carne em Cubos Refogada		Carne em Cubos Refogada		
	Salada de Acelga		Salada de Pepino		

Energia (kcal)	664	751	706	834	898
CHO (g)	108	112	111	109	123
PTN (g)	17	35	34	38	46
LPD (g)	18	19	21	27	25
Vit. A (mcg)	226	384	303	509	1212
Vit. C (mg)	31	45	29	137	211
Ca (mg)	183	340	356	405	539
Fe (mg)	4	7	6	8	10

Composição nutricional (Média semanal)				
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET	
771	113	34	22	
	57%	18%	25%	
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
527	91	364	7	


Cintia Cristiana da Silva
Nutricionista Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: JULHO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	10/07/2023	11/07/2023	12/07/2023	13/07/2023	14/07/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	Iogurte		
	Ovo Mexido/ Melancia	Pão com Patê de Cenoura Vegano	Pão de Queijo		

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz Integral	Arroz	Arroz	PLANEJAMENTO/ FORMAÇÃO	PLANEJAMENTO/ FORMAÇÃO
	Feijão	Feijão	Feijão		
	Caçarola (Carne Bovina em Cubos com Batata Doce e Chuchu)	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moída Refogada		
	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Alface		

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite		
	Abacaxi	Maçã	Banana		

JANTAR Tarde: 15:00	Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Cenoura e Batata	Arroz	Sopa de Macarrão, Sobrecoxa, Abóbora e Chuchu		
		Feijão			
		Carne Bovina Moída Refogada			
		Salada de Beterraba			

Energia (kcal)	724	824	871		
CHO (g)	105	121	108		
PTN (g)	35	35	47		
LPD (g)	18	23	33		
Vit. A (mcg)	387	396	417		
Vit. C (mg)	66	47	48		
Ca (mg)	207	362	347		
Fe (mg)	5	8	5		

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
806	112	39	25
	55%	20%	25%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
400	54	305	6

Cintia Cristyan da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CWN 24 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: JULHO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 17/07/2023	TERÇA 18/07/2023	QUARTA 19/07/2023	QUINTA 20/07/2023	SEXTA 21/07/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	logurte	Leite	Leite
	Ovo Mexido / Maçã	Pão com Patê de Cenoura Vegano	Flocos de Milho	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Carne Bovina em Cubos Refogada	Peito de Frango Acebolado	Carne Bovina em Tiras Refogada	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina Moida Refogada
	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Alface	Salada de Berinjela, Tomate e Cebola	Salada de Couve

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Melão	Pera	Banana	Melancia	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Arroz	Sopa de Macarrão, Carne Bovina em Tiras, Abóbora, Chuchu e Vagem	Arroz	Sopa de Fubá, Carne Bovina Moida, Escarola e Mandioquinha	Sopa de Feijão, Sobrecoxa, Batata e Cenoura
	Feijão		Feijão		
	Sobrecoxa Refogada		Peito de Frango Refogado		
	Salada de Beterraba		Salada de Almeirão		

Energia (kcal)	665	770	868	1010	840
CHO (g)	105	113	141	156	118
PTN (g)	24	35	37	47	41
LPD (g)	16	21	19	23	22
Vit. A (mcg)	169	374	558	419	691
Vit. C (mg)	32	56	67	53	142
Ca (mg)	172	371	322	536	414
Fe (mg)	5	8	21	22	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
831	127	37	20
	61%	18%	21%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
442	70	363	13

Cintia Cristiane da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRM 74 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: JULHO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA 24/07/2023	TERÇA 25/07/2023	QUARTA 26/07/2023	QUINTA 27/07/2023	SEXTA 28/07/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	logurte	Leite	Leite
	Pão com Ovo Mexido	Pão com Patê de Cenoura Vegano	Ovo Mexido / Pera	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Peito de Frango Acebolado	Carne Bovina Moída Refogada	Sobrecoxa Refogada	Moqueca de Peixe (Peixe com Batata, Tomate e Pimentão)	Carne Bovina em Flocos Acebolada
	Salada de Beterraba	Salada de Repolho	Salada de Alface	Salada de Acelga	Salada de Pepino

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Melancia	Maçã	Banana	Mamão	Banana

JANTAR Tarde: 15:00	Sopa de Macarrão, Carne Bovina em Cubos, Chuchu e Abobrinha	Sopa de Macarrão, Peito de Frango, Mandioquinha e Cenoura	Arroz	Sopa de Feijão, Carne Bovina Moída, Mandioca e Couve	Arroz
			Feijão		Feijão
			Carne Bovina em Tiras Refogada		Ovo Cozido com Vinagrete
			Salada de Almeirão		

Energia (kcal)	857	772	725	895	923
CHO (g)	130	113	101	129	127
PTN (g)	40	35	40	41	41
LPD (g)	19	21	22	24	28
Vit. A (mcg)	565	265	301	1125	336
Vit. C (mg)	51	57	27	215	43
Ca (mg)	275	360	312	517	387
Fe (mg)	7	8	6	9	10

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
835	120	39	23
	57%	19%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
518	79	370	8


Cintia Priscilla da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34 140

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIMEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO: CI - ZONA RURAL E URBANA

FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 1 ANO - PERÍODO INTEGRAL
MÊS E ANO: JULHO - AGOSTO 2023

REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	31/07/2023	01/08/2023	02/08/2023	03/08/2023	04/08/2023
LANCHE Manhã: 08:00	Suco de Uva	Leite	logurte	Leite	Leite
	Ovo Mexido / Maçã	Pão com Patê de Cenoura Vegano	Pão com Requeijão Caseiro	Pão com Ovo Mexido	Pão com Requeijão Caseiro

ALMOÇO Manhã: 10:00	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão	Feijão
	Almôndegas de Frango com Molho de Tomate e Manjericão	Carne Bovina em Tiras Refogada	Sobrecoxa Refogada	Carne Bovina em Flocos Acebolada	Peito de Frango Refogado
	Salada de Repolho	Salada de Acelga	Salada de Alface	Salada de Escarola	Salada de Almeirão

LANCHE Tarde: 13:00	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
	Melão	Pera	Banana	Abacaxi	Mamão

JANTAR Tarde: 15:00	Sopa de Macarrão, Carne Bovina em Cubos, Cenoura e Chuchu	Arroz	Sopa de Feijão, Carne Bovina Moída, Mandioca e Couve	Canja de Galinha (Arroz, Peito de Frango, Cenoura e Batata)	Arroz
		Feijão			Feijão
		Filé de Sobrecoxa Refogado			Carne Bovina Moída Refogada
		Salada de Beterraba			Salada de Pepino

Energia (kcal)	837	834	877	829	892
CHO (g)	124	120	133	116	126
PTN (g)	40	35	46	38	40
LPD (g)	21	24	23	23	25
Vit. A (mcg)	336	376	953	427	317
Vit. C (mg)	63	45	147	69	101
Ca (mg)	224	366	488	363	371
Fe (mg)	7	8	7	7	8

Composição nutricional (Média semanal)			
Energia (kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LPD (g) 25 a 35% do VET
854	124	40	23
	58%	18%	24%
Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
482	85	362	8


Cintia Trindade da Silva
Nutricionista da Divisão de
Alimentação Escolar
CRN 34.148

CONSIDERAÇÕES: Cardápio sujeito a alterações; Horário sugerido das refeições; Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020; Até 3 anos deve ser oferecido a fórmula infantil e a partir de 3 anos o composto lácteo.